四庫全書

子部

紀效新書卷十一

明 戚繼光 撰

藤牌總說篇第十一

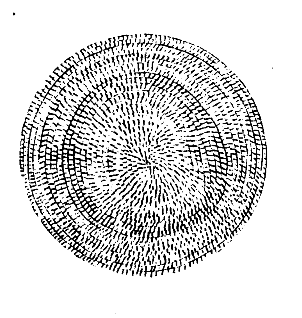
千古有圓長二色其來尚矣主衛而不主刺國初木加以革重而不利步以藤為牌近出福建銃子雖不能隅而矢石鎗刀皆可蔽所以代甲胄之用在南方田塍泥雨中頗稱極便其體須輕堅密務使遮蔽一

身上下四旁無所不備用牌之間復有所謂標者所以奪人之目而為我之疑兵所賴以勝人者也牌無標能禦而不能殺將欲進步然後起標勿輕發以敗其事腰刀用於發標之後以殺敵非長利輕泛則不能接遠其習牌之人又須膽勇氣力輕足便捷少年然後可授之以此置於行伍之先為衆人之藩蔽衞以長短之器為彼之應援以之臨敵其衆可合而不可離可用而不可疲進退左右無所不利此藤牌之

功用也今將牌勢之可錄者繪說於後

一習藤牌人牌一面內用大藤為骨以藤蔑條條退藤纏聯每面隨牌標鎗二枝腰刀一把其兵執牌作勢向敵以標執在右手腰刀横在牌裏挽手之上以腕抵住待敵長鎗將及身擲標刺之中與不中敵必用鎗顧撥我即乘隙徑進急取出刀在右隨牌砍殺一入鎗身之內則鎗為棄物我必勝彼矣但擲標後而倉惶不及取刀是一大病其禦短兵更易

右牌用籐云云木牌皮牌皆類此用



右標鎗或用稠木細竹皆可但前重而後輕前稍粗而後稍細為得法

開扎衣勢

此起手勢也

照高管下横

行直進諸勢

可變有躲閃

之妙



斜行勢

此乃直來橫受之法動偏步上硬騎龍以進人之左



仙人指路勢
乃看管之法拗
步直進直退諸
勢可變



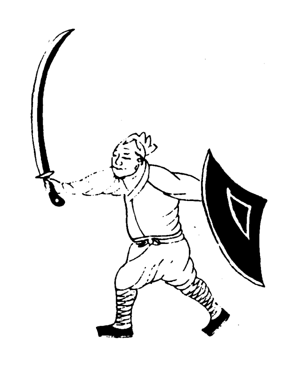
滾牌勢

此勢隨滾進以進人之右先進刀後進牌疾速如風為妙



躍步勢

此乃騎龍如探馬刀前牌後誘人來轉過牌來刀在後低平坐下靠和挨



低平勢

此眞正對敵勢也用推步須要帶標一根身在牌内標步齊進百發百中



金雞畔頭勢
畔頭之勢最為
良鎗上頭從牌
下藏進步如風
人莫變刀銼牌
鬧為難當



埋伏勢

此勢進步甚速用小行或左或右如有鎗戳在牌不能脫手急用刀尖將牌借力頂開急先絶



一試牌跳牌舊法聽鑼聲為度覽牌如壁閃牌如電起伏得宜翻身下露身滾牌下露足惟牌能殺敵能蔽身用之乃拒動敵以衛兵也大士星牌歌覽牌砍刀上步再覽牌砍刀背牌拏刀絞絲步回撒花蓋頂收了出牌見刀翻身上小跳翻身下出牌截刀翻身上小跳翻身下閃馬牌歌曰截牌再截牌砍一刀復一刀翻身上小跳翻身下又砍一刀又復一刀又砍一刀又復一刀翻身上小跳翻身下

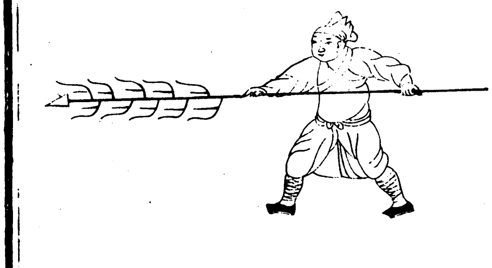
狼筅總說

狼筅之為器也形體重滯轉移艱難非若他技之出入便捷似非利器也殊不知乃行伍之藩籬一軍之門戶如人之居室未有門戶扃鍵而盜賊能入者雖然得人而用之則可以制人不得其人則制於人矣干將太阿之利使童子而持於國門之外則必有袒背而奪之者何也其所能乖其所使故也凡用狼筅須要節密枝堅杪加利刃要擇力大之人能以勝此

者勿為物所使矣然後以牌盾蔽其前以長鎗夾其左右舉動疾齊必須叙钯大刀接翼然笼能禦而不能殺非有諸色利器相資鮮克有濟兵中所以必於用此者緣士心臨敵動怯他器單薄人膽揺奪雖平日十分精習便多張皇失措忘其故態惟笼則枝梢茂盛遮蔽一身有餘眼前可恃足以壯膽助氣庶人敢站定若精兵風雨之勢則此器為重贅之物矣

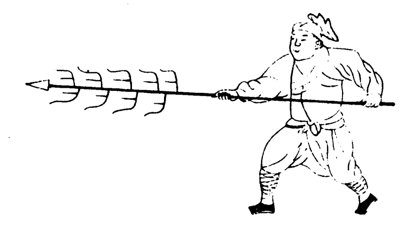
中平勢

此勢前弓後
箭陰陽要轉
兩手要直推
步如風天下
莫敵



騎龍勢

閉門之法上騎龍下閘高樂大有功誤若當前披一下勸君眼快腳如風



鈎開勢

鈎法由來阻大
門小門挫下向
前奔若還他使
低來勢閘挫憑
君利便分

架上勢

鎗打高來須用架架時管上又管下陰陽反覆脚如風鐵柱金剛也戳怕

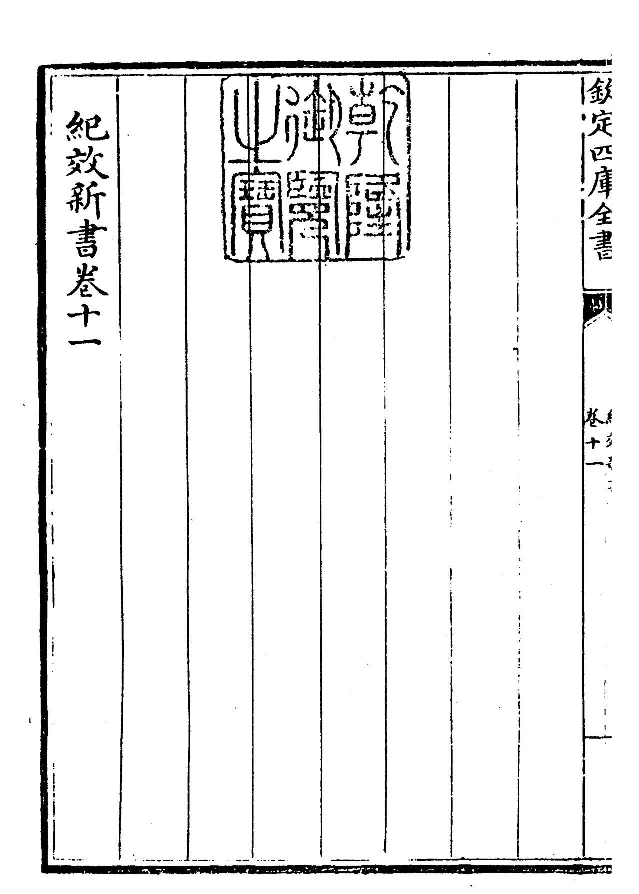
闌下勢

闌勢緣何要挈
腳挈腳乃是起
步法連身坐下
向前冲上面不
著下面著



拗步退勢

直進直出君須
記站住即是中
平勢高低左右
任君行切挫鈎
閘毋輕易



紀效新書卷十一

欽定四庫全書

子部

紀效新書卷十二至十四

詳校官中書臣丁崇祚

編修臣倉聖脈覆勘

總校官候補主事臣楊炤

校對官主事臣雷純

謄錄監生臣葉大奇

紀效新書卷十二

明 戚繼光 撰

短兵長用說第十二

夫鈀棍鎗偃月刀鉤鐮皆短兵也何則彼之鎗一丈七八尺我之器不過七八尺若如浙江鈀之法俱手握在頭下其手外頭柄通不及二尺長一棍不過六七尺又欲兩頭雙使而兩手握開所剩棍頭不

過尺餘彼之長鎗閃閃而進疾如流星我就精熟只能格得彼鎗不中入我身耳及其我欲進則彼原進我釵内不深一縮又復在外我不得撥定彼鎗使無反手如何敢進如此終日我無勝理短兵利在速進終難接長持久即為所乘必如總戎公俞虛江之法則所執釵棍鉤鈀皆有六七尺在外彼若以長入我必須進深五尺被我一格打歪即用棍内連打之法下下着在長兵上流水點戳而進彼先進我五尺我

一進又有五尺是得一丈之勢矣被我連打勢不得起欲抽脫去豈能便抽一丈一入長兵之内則惟我短兵縱橫長兵如赤手同矣藤牌腰刀本短中之短也而必用標鎗亦即短兵長用之法也夫藤牌用標非取以殺人蓋彼以鎗器持定我牌無故不得進故用標一擲彼以顧標而動我則乘勢而入彼若不為標所動則必為標所傷我亦有隙可入短兵長用之法千古奇秘匪欺人也

一用棍如讀四書鉤刀鎗鈀如各習一經四書既明六經之理亦明矣若能棍則各利器之法從此得矣

一總訣歌　以下錄校總戎俞公劍經

中直八剛十二柔　上剃下滚分左右

打殺高低左右接　手動足進參互就

一總訣歌

剛在他力前　柔乘他力後

彼忙我靜待　知拍任君鬬

一總訣歌

陰陽要轉　兩手要直

前脚要曲　後脚要直

一把一捌　遍身着力

步步進前　天下無敵

一習鈀簡步十進足如環無端進一足中平當大壓又進一足壓死又進一足小壓又進一足壓死又進一足高大當又進一足大壓死又進一足高小當又進

一足小壓死又進一足高大當又進一足大壓死

一鈀習步法

中平起大斜壓他大飛天我轉角趕上壓他再大飛

高我小高直當即小壓下他小飛高我小高直當即

小壓下他再小飛高我大高直當即大壓下過小他

抽直殺來我再大壓過小他入我大上角我用身力

轉角趕上畧收低他再入我大上角我轉角對手直

殺去跳回一步他打來我伏回即趕上大起一掃下

再跳回中攔止大壓小壓已粘他桿即大進上鏩死他

小直當　小斜壓

大直當　大斜壓

一總訣歌

視不能如能　生疎訣

後手須有功　遍身訣

動時把得固　一發未深入

打剪急進鑿　後發勝先實

步步俱要進　時時俱取直

更有陰陽訣　請君要熟識

一習步法

起中平　推牽　扁身殺　丁字回殺

旋手　進五步殺　跳退三步原位

直打直挑進五步殺　腰刀挑打

滴水獻花殺　跳退三步原位進打

穿後手馬前雞啄進三步殺

馬前斬草進三步殺　跳退原位

打沉讓他先起穿後手　抽回

弔前抽回　三脚並進五步　殺進

大門趣棍走　小門趣棍走進直符殺

洗　倒頭　直打　直起磕

打殺擺腰　進三步　剪　殺

跳退原位

一總步目

直破打剃大剪　小剪　揭用手　力上扁身

滴水獻花　弔剪　下起接

讓高低俱有大起棍從小門去打他手不論中不中

須急退丁字回他決進我小門來傷我此時我一揭

一進斜剃落打他手決中矣

一侵他二尺低打低揭連幾下待他忙時急退丁字一

步急大進步弔剪他手急收回原勢立他進來打我

我就大門下起接他一大剪急變扁身中攔殺

一兩人小門對打對揭須急變（急變時勿使他揭著揭著則不及矣）大門下起接大剪（我順勢打）中攔殺或於揭時即用小剪變大剪中攔殺

一兩人大門對打不進前脚不折後脚不能勝（須有順勢折脚）（知是逃閃之法）

一兩人大門齊對打我且將棍提在高（連脚抽回些些）遲斯須進步壓打下即進變扁身中攔若我打去他棍提回

讓我我須勿將棍尾打下只進步對他胸喉直殺去

一我從大門順用單鞭壓深入他用力來抵若迫近大剪我離了子午若迫近我急抽就下面過小門掛他手上一殺他用小剪我一揭一殺或急抽過大門剪殺或又過小門倒牽若未迫近即打下小門作敗狀

一我從大門順入他用力來抵大剪我離了子午我大進步就小門急起滴水去捧他如前第三問者

一我起流水漸進他決來打我手我將脚坐下直對他

手一捧或殺皆可又他來打我手我從小門一揭接

或大門一起接要在我右手前七八寸之間與他棍

尾相磕一響為度二門起俱繼以剪急變扁身中攔

殺

一兩人大門對打棍尾在地下讓他先起穿他小門手

上 須兩手捧高使他打不下

一兩人大門對打我讓他先起就揭他小門用小剪變

大剪 即鐵門銨 殺若他小門來壓我急就下面過大門剪

殺

一兩人大門對打他弱我用强他强我弱讓兩在高讓他先打下我便進壓兩在低讓他先提起我便進接連打殺李欽師父每每用此二步

一喜鵲過枝有四他直高打來我將棍抽過大門讓他下隨用大剪一也他直高打來我將棍抽過小門讓他下對胷殺去二也他直平打來坐脚過枝進步小門殺他三也平直殺或打來我打後脚即順

勢

大門剪殺四也以上過枝俱在下面過入他棍

二尺

一治伏棍低棍須用小剪離他手前一尺之間他急過大門我或揭進打亦可飛風箭亦可急變大剪殺亦可又我小剪他他抽走我急進步起高棍打須在他手上小門

一他打來臨身在小門則趣棍走一打在大門則走馬回頭丁字步一打順棍上一殺又一大剪扁身中攔殺

一大門接兊棍有五扁身中攔接一也髙捧接二也下起磕三也我棍畧横離前手一尺受他打一下四也待他打將到身用手前一尺磕他一下五也各接後須急用大剪繼之以殺

一他雞啄我須起兊棍入剪他手前二尺之間他連起我連剪我雞啄他起兊棍我讓他先起穿他小門手上 我接先棍步亦可

一他直殺來須進脚向小門剪或向他棍尾小門起變

大剪或端的直破閃腰剪凡剪後須至進殺都不如

定四步坐直趕上

一凡小門一揭一打一打又一揭終無結尾必須乘揭

用小剪（如鐵門殺）過大門結尾或將身抽退他打來我就

大門下起接剪他殺結尾

一凡起手要打要殺俱要在他門內一尺之間未可將

手勢發盡待他趕來傷我他手勢已盡此時或大或

小或剪或揭或自大下起接各將他棍死了然後進

步扁身中攔結尾無不勝也法曰後人發先人至知此決不可一發便要傷人徒使自勢發將盡為他人反傷戒之戒之

一棍初交則下起者有勢棍深入則上壓者取羸

一我單鞭壓他變馬前斬草我且大進一步硬用手力他棍自輸

一小剪是棍中至要人所不疑者

一凡棍動時須要把得極堅固方有力

一凡大小門直破打不分粘他棍不粘他棍務對他手直起直落任他揭打或我揭打他我棍亦不離他身五寸即離亦須即直

一凡日間將棍一打一揭自習打揭俱要有聲久則自有力高不過目低不過膝

一凡小門殺須在他手上方無後患大門亦然

一三脚時打須要習有大僻又定四打要習

一彼抽退勿急追彼急進勿遽離

一腰刀為上後手力次之前手力又次之

一棍提起手陽殺去及打去俱手陰陰陽最要識

一凡小門殺來待來將到手丁字回一揭折進殺則中矣

一下哄待他剪向上直符送書殺上大門哄或打他手折脚伏

下小門殺或伏下待他來一揭殺更妙

一我將棍畧高畧侵入他來接我即丁字步滚下殺

一他起高攔打我折進大門將他棍尾或半棍敲下進

齊眉殺須知有順勢敲時切不可泥自棍

一凡進殺須急丁字回頭退方穩

一大門高哄殺去四五尺他來抵壓我回頭牽進殺小門亦然

一梗直大門哄殺去四五尺待他來抵剪就剪他大進殺小門亦然須知有順勢丁字回頭亦可

一侵他三四尺低打低揭連幾下待他忙時大進趕棍

進殺

一梗直哄殺去四五尺任他打或揭我就尋他虛處大進殺去

一凡他棍來我避他抽退我急隨殺極妙不急不可去

一我大門高進入丁字牵伏下他趕來我一牵揭進鑿

一我打棍後繼以殺殺後大門即當採洗洗而後殺小門須小牵

一兩棍相交他抽回伏地開小門我直捧慢慢指去待他發殺然後揭牵或剪進殺他

一他直殺來我直殺去我將脚折過分分將手反陰陽

蓋殺去莫非後發先至之意

一他將棍打下丁字回頭伏我就移脚去就他棍尾連

打連揭使他忙直進殺

一凡免棍打來我順勢敲一下就扁身中攔萬大辟連

連疊革進去破雞啄亦是如此

一兩人大門對打連幾下待他忙時急抽回讓吊大進

步打

一大門起高棍打移步盤山托

一拏定直符送書大小門托避他打

一直陽手殺去陰手打壓下大門殺臨手待他剪過小殺訣　一坐低閉四門

一將棍滾他一下侵他自然提起須再一敲將他棍死盡然後殺須記得疊疊敲他初教滾手直入訣　次教大粗打揭亦要直後教輕牽順勢待他臨身二三寸之地全用折脚

又用閃退法又有跳退法前足先起或齊起要知探

與牽不同

要在哄使虛乘之

一破直殺有七一步閃要打二步打脚二步滚二步流

水

一我扁身入深此時不顧性命了只兩目認他胸前棍

上空急穿上棍下空急穿下

一他大過枝小直符指去一步他小過枝大我亦直符

指去一步

一凡直符殺不礙他棍尾

一我過枝小門用盤山托亦可用直符步亦可

一大哄過小待他來小壓急過大剪殺蓋哄多則容易也剪而後殺則無後患也中有順勢須知之

一凡進殺先軟後硬令後勿用打

一破高攔務先順牽後剪殺（殺去待他落即轉）要知順牽與剪不同

一殺在小門待他來即過大門剪後殺如小門先牽後
殺之理但須防他回頭牽他回牽我又過去小門
又曰盤山托大折過小
一直入打剪他臨手一殺待他剪前後過小門容易
一對棍低入小門一小揭小剪殺或待變
一他疊打揭我對打二步對手殺大進待他打下大剪
或殺
一我大入他過小門我就坐進前脚就他棍中滚入然

後大打進殺

一他滴水我對他手慢慢指去待他動即坐脚剪下進鑿

一小門有揭亦有大揭與獻花不同

一他坐低我正好折過小門打

一凡將棍直指慢慢侵入待他動欲打我我就殺他他欲殺我我就進打他手

一何嘗叫人勿打要哄他棍來就我打若打他棍著響

一聲便可進殺

一何嘗叫人勿殺要哄他棍開殺去勿使他打着方可殺深殺後在大門即洗小門即揭牽

一但凡接高棍須防他盤山托就坐下小剪

一他大門單鞭坐脚直滾入殺我折進前脚過大門直符殺他

一俯身揭順勢剃急接打未如俱要習熟

一鈀對刀他入我四角我四下不相粘後手起高殺自思

出扁身中攔兼大辟丁字步要大辟他起高我就趕上剃扁身中攔殺要後手高平胸去

一他打來我打去他起我揭務要小剃又要疊疊押去大亦然手動時即下定四步門戶方密

一他打來我打去他起我對手穿入小門隨將兩手捧高手動時即落定四步寸寸打上隨他小門殺小門壓大門殺大門壓他起大高趕上剃要就殺或先接後殺他起小高趕上大接或揭小剃

右此一步乃棍中之正兵不能離此以取勝者也不能勝亦不能敗

一打時須記得進殺千萬千萬

一大門迫他壓低我抽下過小門如殺狀他決盡力來小壓急急抽過大門剪殺此步極妙

右此一步高打來亦要如此哄急翻剪殺且鐵牛入石我揭起打下他方揭起我就抽他手邊過人剃打亦可

一雙人大門對打他力雄我急變丁字步打用身壓之

然後變

一他小門殺來急我坐進前脚就他棍中滚入連剪二

三下然後殺

一把大門空起勾下勾步絶妙又有下流水勾不又他

陰手

陰手

陽手

陽手

陽手

一對手直起對他身打落如是走離大併直是為上好

一他刀下來我或大門流水勻追或小門流水俱不必他刀如棍用須繼以對手大請起又起勢時就手大門流水亦可

一大門扇出他刀尾伏回待他來不拘他刀高下俱對他身直起他不來若近或他刀不高亦請得起若不出他刀尾就將刀壓下對面直起有閃身

一小門陽手扇下陰手請起凡請起如不著即急對他身他刀扇下大小門皆然

一他刀中攔直來我直就上壓下中攔有拔步有順勢轉角步又有鈀過他身將他身勾來

一我出中攔鈀他直打下我將鈀抽大門起上壓落如我用棍步須勿使他打着

一凡他起我亦起他落我亦落俱要隨他

一凡又起他逆對須順他勢或左或右落凡下又起亦然須知步步進脚

一凡被他刀入角即便坐退後脚稱起

一凡我伏回他只中攔立不來我就偷後脚進去深扇入有哄

一他高攔打下我就大門揭起不用陰陽手只直揭起則我在上而彼在下矣他若將棍如打下而不打下當我揭起則彼下則我輸矣總不外棍深入在上者取羸若我棍打沈了他打來我用别步皆不及只直硬起妙

一把棍堅把住用身勢棍頭高慢慢侵入他大門來我大

門接一下只離一寸他小門來我小門接一下只離

一寸待他何門死我盡身入

一鐵牛入石我打去他揭起我將棍尾勿墜就將棍尾

倒抹上一下即大剪他手或即打他手他打來我揭

起即入殺他小門極妙極妙

一凡接他大剪雞啄妙皆如此

一直磕一聲就殺去不用拔剔亦甚緊矣惜無困死人

棍之法大抵用拔剔為是

一凡左右門打來俱用手前一尺改他棍尾凡左右門殺來俱用棍尾改他手前一尺蓋他打來勢重必須吾手前一尺方接揭得他住他殺來手輕又要過枝必須用吾棍尾改他手前一尺

一學到上下高低硬軟直破打上下接俱是一手法方是有得但直破順勢打是一套去接是做二節去初學未易語之後手初曲後直硬處須悟得前手軛須悟得

一我單鞭上他過小門若深入即用直符送書殺若他入淺則不可恐他揭起只用趕上直打凡殺來大小門皆如此例

一凡過小門殺來我就行過小門就他棍尾對手直打下若變過大門殺來我就行過大門就他棍尾對手直打下妙妙

總有三節

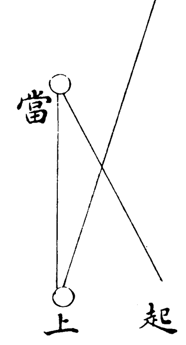
接高攔一肥磕一扳後手一尺剃一隻殺接低打來

亦然

一直破對打肥磕帶抽後手剃相連後進殺

一入中攔只用一肥磕帶畧扳剃五寸一進殺若未侵入他棍未死亦用扳用手一尺剃下進殺

一踏過他小門進入如前法但自棍横勢送進上中攔皆然


當
上
起

此當字如曲中之拍位妙不可言故贊之曰我肥他旁前手直當後直加拔有神在中學到此一貫乎萬矣

千千萬萬步俱有拍位

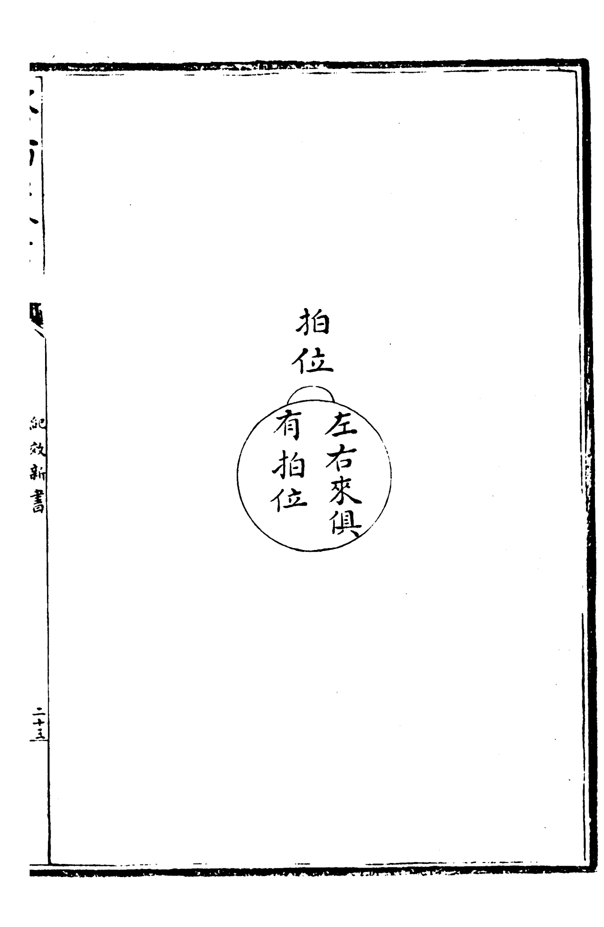
一轉陰陽不可太早臨時一下乃不費力明之明之折脚不如直入

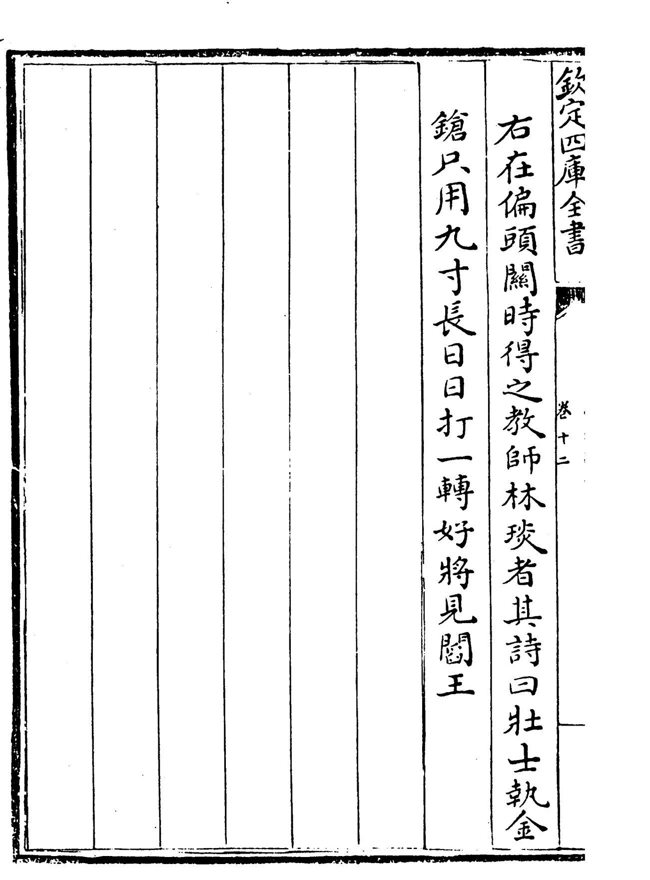
右李良欽之傳學到此一貫乎萬矣

拍位

起

右劉邦協之傳中間有柏位不用扳剃洗落只撒手殺則又緊矣但無困死人棍之法大抵前用扳剃為是小門亦然


拍
位
左右來俱
有拍位



右在偏頭闗時得之教師林琰者其詩曰壯士執金鎗尺用九寸長日日打一轉好將見閻王

三教師原來合一家

一千言萬語不外乎致人而不致於人一句李良欽之所以救得急者都是前一下哄我去然後轉第二下來接救得速故能勝也

一不外乎後人發先人至一句不外乎不打他先一下只是打他第二一下

一俱是順人之勢借人之力只要快便又要似進實退而後進則大勝矣

一俱要習上攔大小門剃下攔大小門剃下攔小門剃頗難須用功習之

一兩人大門對打對拍忽然變大僻先猛打下甚妙甚妙兩人對雞啄亦如此變

一二龍爭珠殺就採下不用提起棍此全是手法前後手俱有法正教師童琰父所謂尾相遇順滚至他手殺他身剃是他高打來或高殺來或他雖把定未動但棍尾高有十字我用棍尾量一尺之處與他棍尾

或棍中相遇剃下大小門皆有滚剃順至他手殺他身此滚剃之不同也下起磕彈何以不滚剃磕既響一聲恐他棍開或沈無隙可乘（故不打剪然後殺）一先侵二三尺一打坐身沈棍頭他必進殺我就下起磕一響大進步打剪或丁字回打剪然後扁身殺他喬教師曰彈鎗則在下面橫捧亦起磕之法但在下面橫則無不響之理矣童教師曰一聲響處直千金彼失隄防我便贏是也依喬教師之說乃知伏回之

鎗俱是哄我殺去他即起彈殺我也記之記之

一剪打急起磕起磕復急剪打剪打復急起臨時取之力也我肥他旁亦是臨時取之力須要誤他臨時取力口訣

一但凡打敲採洗俱用後手功夫故棍不用提起高令之欲用力打人者惟恐棍提起不高打不重蓋只是有前手之力無後手之功故耳

一伏回之鎗俱是哄我殺去他即起彈殺我也記之記

之

一全書總要只是乘他舊力畧過新力未發八字再至妙至妙此又是我肶他旁之秘旨語到此則不能復加一言矣

一凡此意味體認得真亦有七日不食彈琴詠歌之趣也

一滚剃後須早趕上當剪死他棍然後殺記之記之大小門皆然是他低平直殺來我棍在高遂坐下量離

了手前一尺與他棍磕相連而進彼從何處殺將來

微乎神哉破金鎗第一法也穩而能勝習之習之

一他打下我揭起我哄他欲打下而實不打下待他盡

力揭起力使過了即趕他棍剃下

問如何是順人之勢借人之力曰明破此則得其至

妙至妙之訣矣蓋須知他出力在何處我不於此處

與他鬬力姑且忍之待他舊力畧過新力未發然後

乘之所以順人之勢借人之力也上乘落下乘起俱

有之難盡書鈎刀鎗棍千步萬步俱是乘人舊力畧過新力未發而急進壓殺焉我想出舊力畧過新力未發八箇字妙之至也妙之至也前言拍位都是此理

一小門進對打須斟酌用之恐力大之人一挑打我走難離矣大抵小門只是哄他不真打他或殺爲穩

一與用左手人對在小門須坐極低在大門大折足過折

一他用極長軟鎗或竹鎗我須坐身將棍頭提高慢慢迫上待他下面殺來即變一攔粘定用黃龍轉尾步趕萬無一失

一學至於此則身手足應心全不扞格矣學至於此全不看見他是鎗是刀只認定對他手前殺他身而已若他打來亂時必須忍畧退回坐足下中平待少頃他來即用磕手法進自勝總是以靜待動以逸待勞道理微乎道理微乎李良欽每每如此

一大門大侵入磕小門不可大侵入挑大門大侵入磕則彼必死無疑矣小門若大侵入挑恐彼力大挑不起則難救矣若挑起一響然後大侵入打他又俱妙

一他棍起就進步直當去不待他打落低攔亦然

一大剪下起手要直平不曲

一但凡先一下打他棍他自然提起再趕上直當大劈中要有順勢

一剃後待他起進步直當

一齊打下讓他起趕上直當如鈀步

一小門更勿直鑿只哄他棍起就過大門直當剃打

一兩人對雞啄大進步趕入對棍尾剃又起進殺待他起直當去

一打忙時須要認空處殺

一對手鑽去須他棍上

一打到中間忙時須記得收下再起

一我打他接我須不與他接著只是埋下引他打下我

起接則我為後發先至

一我打不與接著即轉小門挑起進打亦是後發先至之理

一把到中間他打下我接起我勿打下他決再起即急再直當去則他自敗也

一我入被他打覺敗即急跳退記之記之

一師父初假意殺來或打來我或接著或挑著決不宜貪心就進去傷他待他動我再或接或挑進去傷他

一打認棍打咀認棍咀剃認棍剃入認棍入挑認棍挑

凡舉手俱要認他棍若認人不認棍之說是彼棍已敗開了只管認人坐去也

尋鎗頭就死求贏

一將棍頭低穿入他棍下或左邊一起一剃或右邊一起一剃起要有響為度總是一理

一咀是脚去手去剃是脚去手回順是脚去手去剪是脚去手回

小當　　小壓

鈀法　四者相連如環無端微乎鈀之用其止於是乎

大當　大壓

一凡直當之後打下不如進脚頓坐下打下則自勢盡他反當我頓坐下則有有餘之勢如他再起則再當之大小門皆然

一凡鈀遇軟殺人須照我原大扇趕為氣勢容易服人凡遇破進步起用入須不離分寸如今所製鈀譜入他為穩

一大門輕打他棍下他用刀來抵即丁字步大進打彼自屈矣

一大當大頓坐小當小咱坐他大壓我偷過小咱坐他

小壓我偷過大頓坐千步萬步此段盡之

一令以後打步少只是當死他棍前後鑿他

一千言萬語總是哄他舊力過去新力未發而乘之

一鈀所以終對不得鎗刀者鎗有哄鈀哄不得人也

一響而後進進而後響分别明白可以語技矣

一山東河南各處教師相傳楊家鎗法其中陰陽虛實之理與我相同其最妙是左右二門拿他鎗手法其不如是撒手殺去而脚步不進今用彼之拿法兼我之進步將鎗收短連

脚趕上且勿殺他只管定他鎗則無敵於天下矣

向見總戎俞公以棍示余其妙處已備載劍經内逐

合註明無容再贅其最妙者只在一得手之後便一

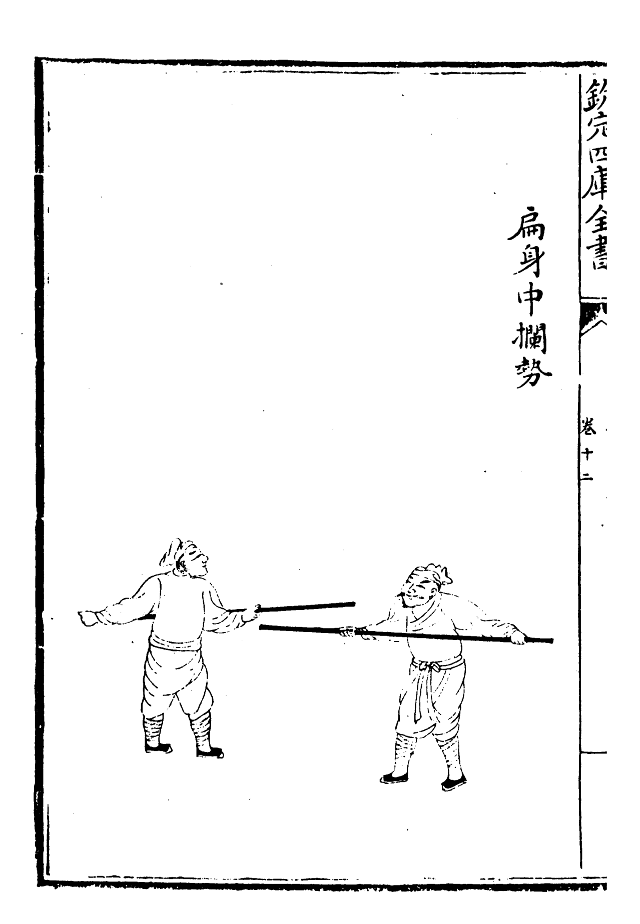
拿一戳如轉圓石於萬仞之山再無住歇彼雖習藝

勝我幾倍一失勢便無再復之隙雖有師家一敗永

不可返矣不惟棍法雖長鎗各色之器械俱當依此

法也近以此法教長鎗收明效極妙極妙

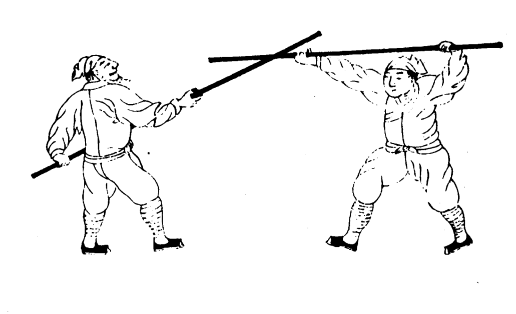
已上劍經止


扁身中攔勢

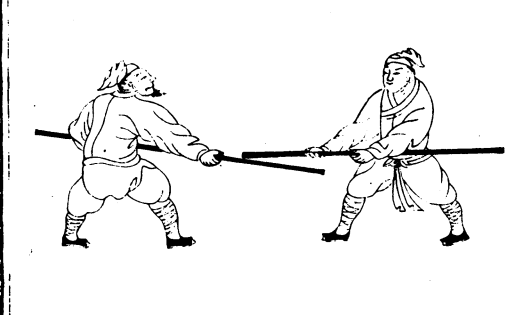
大當勢

大頻勢

僆人捧盤勢



大吊勢

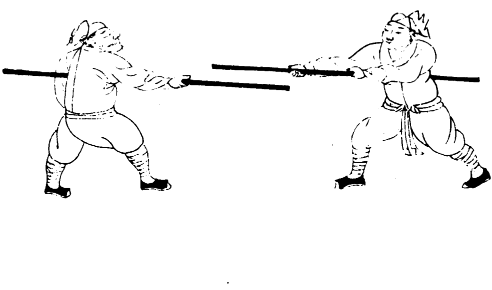


齊眉殺勢

滴水勢

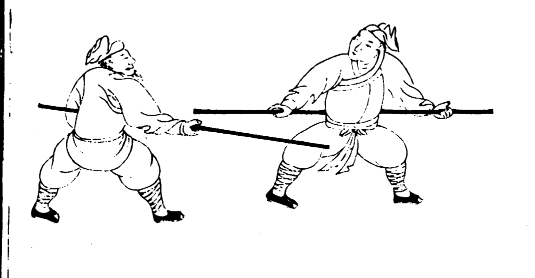
直符送書勢

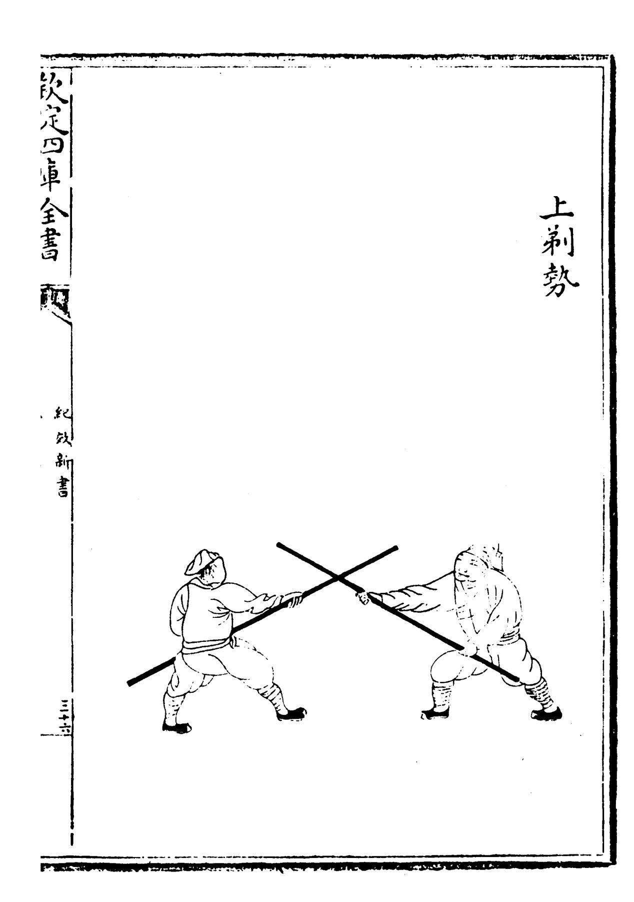


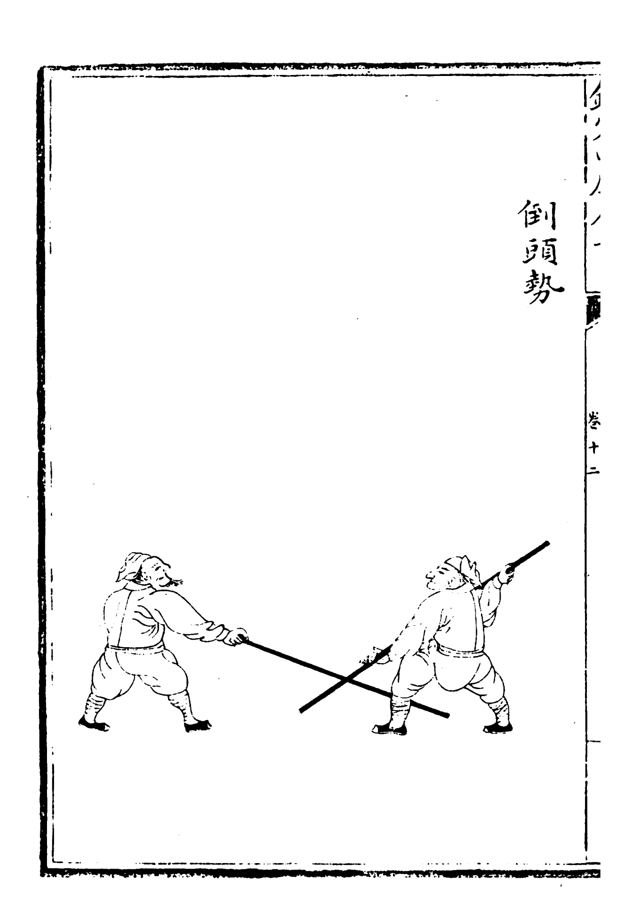


走馬回頭

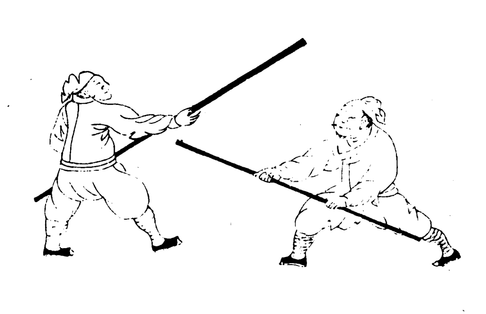





上剃勢


倒頭勢

下穿勢



閃腰剪勢

下接勢

紀效新書卷十二

紀效新書卷十三

明 戚繼光 撰

射法篇第十三

一列女傳云怒氣開弓息氣放箭蓋怒氣開弓則力雄而引滿息氣放箭則心定而慮周

一量力調弓量弓制矢此爲至要也故荀子曰弓矢不調羿不能以必中孟子謂羿之教人射必至於彀學

者亦必至於彀射家要法

一持弓矢審固審者詳審固者把持堅固也

一凡打袖皆因把持不定

一凡矢搖而弱皆因鏃不上指也

一法曰鏃不上指必無中理指不知鏃同於無目此指穿乃是左手中指末知鏃者指末自知鏃到不假於目也必指末知鏃然後為滿必箭箭皆知鏃方可言射

一審者審於弓滿矢發之際今人多於大半矢之時審之亦何益乎

一審者今人皆以為審的而已殊不知審的第審中之一事耳蓋弓滿之際精神已竭手足已虛若卒然而發則矢直不直中不中皆非由我心使之也必加審之使精神和易手足安固然後發矢其不直不中為何

一射法中審字與大學慮而後能得慮字同君子於至善既知所止而定而靜而安矣又必能慮焉而後能

得所止君子於射箭引滿之餘發矢之際又必加審焉而後中的可決欲知審字工夫合於慮字工夫玩味之乃得

一大指壓中指把弓此至妙之古法也決不可不從之

一馬弓決要開至九分滿記之記之若七八分亦難中也

一馬上射把箭須以箭二枝連弓弝把定又以一枝中弦掛為便其有以箭插衣領内或插腰間俱不便決

要從吾言

一凡箭去寧高而過的慎勿低而不及也此人人之病記之記之

一場中射須要業業恐不中決不可有一毫自放之意都如無監射各官在上都如平日自射一般慢慢一枝知鏃過一枝一枝審過一枝如何不中

一凡中的之前可取必者皆自從容閒暇中能必之未有忙忽而可取必者忙忽而有中者亦倖耳

一凡射至五矢之外猶未中的更要從容審決不可因不中而自忙若忙則六七八九矢更無中理也

一教騎射箭法曰勢如追風目如流電滿開弓急放箭目勿瞬視身勿倨坐出弓如懷中吐月平箭如弦上懸衡

一步射箭法曰箭者殺人於百步之外者也射者必量其弓弓量其力無動容作色和其肢體調其氣息一其心志故曰莫患弓軟服當自遠莫患力羸引之自

伍但力勝其弓必先持滿射之先近而遠此不易之法也大端還要學扯滿射遠及到然後自近求凖非如一人自未開弓便止射三二十步起也如此一為所局豈能遠耶

凡射或對賊對把站定觀把子或賊人不許看扣目稍瞬則不及避而制於人此眼法也

凡射前腿似橛後腿似瘸隨箭改移只在後腳左眉尖直對右腳尖丁字不成八字不就射右改左射左改

右二句正中的之妙此足法也

凡射前手如推泰山後手如握虎尾一拳主定前後直正慢開弓緊放箭射大存於小射小加於大存壓其前手加舉其前手務取水平前手撇後手絕一句射之玄機一撇一絕正相應之妙一齊着力使兩臂膊伸合則箭疾而加於尋常數等矣此手法也

凡射頭惡旁引頭惡却垂胸惡前凸背惡後偃乃身之病此身法也

凡射法箭搖頭乃是右手大食指扣弦太緊之故其扣

弦太緊之故是無名小指鬆開之故學射者有此病射時用小草梢一寸用無名指小指共拾於手心箭去而草不墜即箭不揺擺矣

凡對敵射箭只是箇膽大力定勢險節短則無不中人無人能避矣此狀形容不出大端將弓扯起且勿盡滿且勿輕發只是四平架手立定則勢自險矣必待將近數十步約我一發必能中敵必能殺人至死或患將切身或為賊先鋒一中而收利十倍則節自短

矣馬上之賊只當看大的射不可射人諺云射人先射馬擒賊必擒頭是也

凡馬須要平日適飼養時調度蹤蹲聽令進止觸物不驚馳道不削前兩脚從耳下齊出後兩脚向前倍之則疾且穩而人可用器矣故馬者人之命塞馬慣戰數倍中國居常調度之功也

實握射圖

此法弓滿左肱直如弦而弓斜如月前平妳頭





掌心推射圖

此法弓滿則肱之曲心對下肘平如衡而弓須兼八分平勢





紀效新書卷十三

紀效新書卷十四

明 戚繼光 撰

拳經捷要篇第十四

此藝不甚預於兵能有餘力則亦武門所當習但衆之不能強者亦聽其所便耳於是以此爲諸篇之末第十四

拳法似無預於大戰之技然活動手足慣勤肢體此爲初學入藝之門也故存於後以備一家學拳要身法活便手法便利脚法輕固進退得宜腿可飛騰而

其妙也顛起倒揷而其猛也披劈橫拳而其快也活捉朝天而其柔也知當斜閃故擇其拳之善者三十二勢勢勢相承遇敵制勝變化無窮微妙莫測窈焉冥焉人不得而窺者謂之神俗云拳打不知是迅雷不及掩耳所謂不招不架只是一下犯了招架就有十下博記廣學多算而勝古今拳家宋太祖有三十二勢長拳又有六步拳猴拳囮拳名勢各有所稱而實大同小異至今之温家七十二行拳三十六合鎖

二十四棄探馬八閃沓十二短此亦善之善者也呂紅八下雖剛未及綿張短打山東李半天之腿鷹爪王之拿千跌張之跌張伯敬之打少林寺之棍與青田棍法相兼楊氏鎗法與巴子拳棍皆今之有名者雖各有所缺傳有上而無下有下而無上就可取勝於人此不過偏於一隅若以各家拳法兼而習之正如常山蛇陣法擊首則尾應擊尾則首應擊其身而首尾相應此謂上下周旋無有不勝大抵拳棍刀

鎗釵鈀叙戟弓矢鈎鐮挨牌之類莫不先由拳法活動身手其拳也為武藝之源今繪之以勢註之以訣以啟後學既得藝必試敵切不可以勝負為愧為奇當思何以勝之何以敗之勉而久試怯敵還是藝淺善戰必定藝精古云藝高人膽大信不誣矣

余在舟山公署得參戎劉草堂打拳所謂犯了招架便是十下之謂也此最妙即棍中之連打

懶扎衣出門架子變下勢霎步單鞭對敵若無膽向先空自眼明手便

金雞獨立顛起裝腿橫拳相黃搶背臥牛雙倒遭著叫苦連天





探馬傳自太祖諸勢可降可變進攻退閃弱生强接短拳之至善

抝單鞭黄花緊進披挑腿左右難防搶步上拳連劈揭沈香勢推倒泰山





七星拳手足相顧挨
步逼上下隄籠饒君
手快脚如風我自有
攪衝劈重
倒騎龍詐輸佯走誘
追入遂我回衝恁伊
力猛硬來攻怎當我
連珠砲動





懸脚虛餌彼輕進二
换腿决不饒輕趕上
一掌滿天星誰敢再
來比並
丘劉勢左搬右掌劈
來脚入步連心挪更
拳法探馬均打人一
著命盡

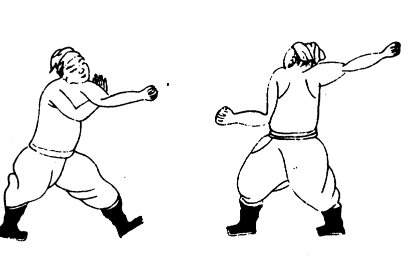
下插勢專降快腿得進步攬靠無别鉤脚鎖臂不容離上驚下取一跌

埋伏勢窩弓待虎犯圈套寸步難移就機連發幾腿他受打必定昏危





拋架子搶步披掛補
上腿那怕他識右横
左採快如飛架一掌
不知天地
拈肘勢防他弄腿我
截短須認髙低劈打
推壓要皆依切勿手
脚忙急



一霎步隨機應變左右腿衝敵連珠恁伊勢固手風雷怎當我閃驚巧取

擒拿勢封脚套子左右壓一如四平直來拳逢我投活恁快腿不得通融





中四平勢實推固硬攻進快腿難來雙手逼他單手短打以熟為乖

伏虎勢側身弄腿但來湊我前撑看他立站不穩後掃一跌分明





雀地龍下盤腿法前揭起後進紅拳他退我雖顛補衝來短當休延

朝陽手偏身防腿無縫鎖逼退豪英倒陣勢彈他一脚好教師也喪



鴈翅側身挨進快腿走不留停追上穿肚一腿要加剪劈推紅

跨虎勢那移發脚要腿去不使他知左右跟掃一連施失手剪刀分易





拗鸞肘出步顛剁搬
下掌摘打其心拿鷹
捉兎硬開弓手脚必
須相應

當頭砲勢衝人怕進
步虎直攛兩拳他退
閃我又顛踹不跌倒
他也忙然



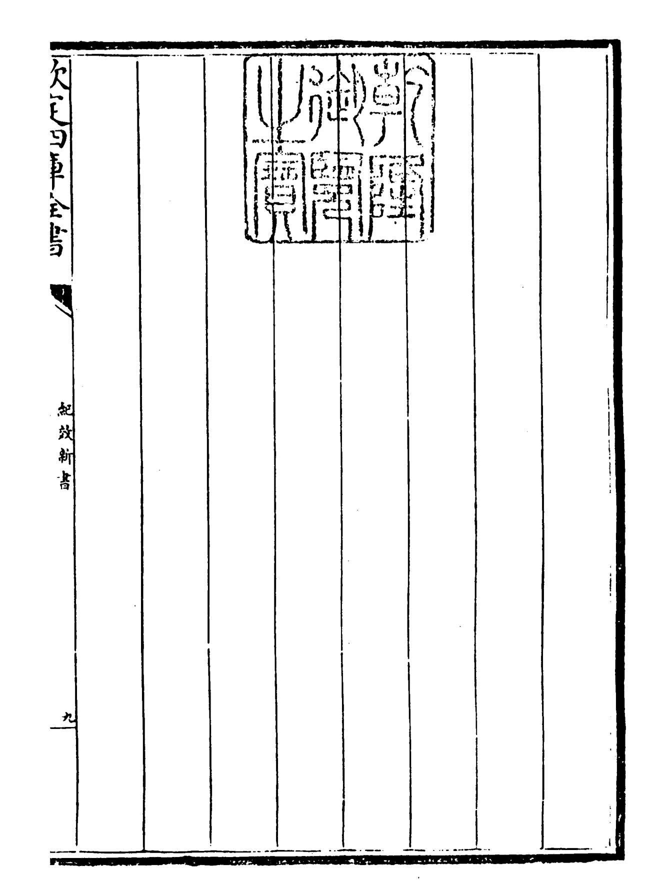


順鸞肘靠身搬打滚快他難遮攔復外滚刷回拴肚搭一跌誰敢争前

旗鼓勢左右壓進近他手横劈雙行絞靠跌人人識得虎抱頭要躲無門






乾隆御覽之寶

紀效新書卷十四